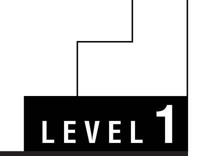


Estimada Familia,

Durante los pasados meses, nuestra escuela ha estado enseñando el programa de *Steps to Respect,* un programa para todo la escuela para la prevención de la intimidación. La meta primaria del programa es ayudar a crear un ambiente seguro, solícito y respetuoso para aprender, que está libre de la intimidación para todos los estudiantes.

Por parte de este programa, nuestra clase está estudiando las lecciones de la literatura que refuerzan muchos de los conceptos que los niños han aprendido en el programa. Estamos leyendo el libro *Eagle Song* por Joseph Bruchac. Este libro fue elegido específicamente porque aborda directamente las preocupaciones de los niños acerca de cómo hacer amigos. Se trata de las experiencias de un niño mudando a una nueva ciudad de una reservación y tratando de hacer amigos. *Eagle Song* es una parte importante del programa de *Steps to Respect* porque le da a los estudiantes una oportunidad de discutir el respeto, la amistad y la intimidación. Los estudiantes aprenderán también de las situaciones presentadas.

Las lecciones en esta unidad enseñan a los niños a tomar responsabilidad para crear una escuela solícita por:
- Tratar uno al otro con respeto.
- Alentar a los otros a unirse en las actividades del grupo.
- Utilizando las habilidades de tomar perspectiva y empatía para entender cómo otra persona se siente.
- Aprender cómo tratar con la intimidación cuando sucede.

Nosotros le alentamos que discuten el libro y las lecciones con su niño.

Gracias,

Maestro



Estimada Familia,

Durante los pasados meses, nuestra escuela ha estado enseñando el programa de *Steps to Respect,* un programa para todo la escuela para la prevención de la intimidación. La meta primaria del programa es ayudar a crear un ambiente seguro, solícito y respetuoso para aprender que está libre de la intimidación para todos los estudiantes.

Por parte de este programa, nuestra clase está estudiando las lecciones de la literatura que refuerzan muchos de los conceptos que los niños han aprendido en el programa. Estamos leyendo el libro *Yang the Third and Her Impossible Family* por Lensey Namioka. Este libro fue elegido específicamente porque aborda directamente a las preocupaciones de los niños acerca de cómo hacer amigos. Se trata de las experiencias de una niña mudándose a un nuevo país y tratando de hacer amigos. *Yang the Third and Her Impossible Family* es una parte importante del programa de *Steps to Respect* porque le da a los estudiantes una oportunidad de discutir el respeto, la amistad y la familia. Los estudiantes aprenderán también de las situaciones presentadas.

Las lecciones en esta unidad enseñan a los niños a tomar responsabilidad para crear una escuela solícita por:
- Tratar uno al otro con respeto.
- Alentar a los otros a unirse en las actividades del grupo.
- Utilizando las habilidades de tomar perspectiva y empatía para entender cómo otra persona se siente.
- Aprender cómo tratar con la intimidación cuando sucede.

Maestro

Introduciendo el Programa de *Steps to Respect*

Andy temía ir a la escuela. Odiaba aún el recreo. Sufría por las mismas cosas cada día: el empujar, el molestar, los insultos y las amenazas. Hoy, los estudiantes que intimidan Andy robaron su sombrero. Entonces ellos lo golpearon cuando él trató de recuperarlo. Andy consideró hablar con su maestro. Pero él temió que su maestro no ayudara realmente y todo seguiría apenas peor.

Como Andy, muchos niños no hablan con adultos acerca de los problemas graves que ellos encaran. Muchos niños creen que los adultos no pueden—o no van—a ayudar. Ellos se preocupan también que reportando la intimidación es igual que divulgando.

Todos los estudiantes encaran los problemas de la intimidación en la escuela. Investigación muestra que el intimidar puede ser reducido mucho, pero sólo cuando la escuela entera (el personal, los estudiantes y los padres) ataca el problema juntos. *Steps to Respect: a Bullying Prevention Program* es una manera para hacer eso. La meta primaria del programa es ayudar a crear un ambiente seguro, solícito y respetuoso para aprender en el que la intimidación no es tolerada.

Como parte del programa de *Steps to Respect,* los estudiantes en la clase de su niño aprenderán nuevas habilidades para ayudarlos a construir las amistades y tratar con la intimidación. Por ejemplo, ellos aprenderán cómo:

- Hacer amigos.
- Unirse a las actividades del grupo.
- Manejar los conflictos.
- Reconocer, rechazar y reportar la intimidación—si sucede a ellos o a otra persona.

A través del programa, usted recibirá varias comunicaciones acerca de lo que su niño aprende. Espere, por favor, a estas distribuciones interesantes e informativas. Pruebe las ideas sugeridas para ayudar a su niño a practicar las habilidades del programa *Steps to Respect.* ¡Nos une a crear y mantener un ambiente seguro y positivo en la escuela!



El Papel de la Amistad a Disminuir la Intimidación

En el programa de *Steps to Respect,* los niños aprenden una variedad de habilidades para el desarrollo de la amistad. Estas habilidades incluyen:

- Cómo tratar todos con respeto
- Cómo conversar
- Cómo unirse a las actividades del grupo

Investigación muestra que las amistades desempeñan un papel importante a disminuir la intimidación. Los niños que tienen amigos son más protegidos de los efectos perjudiciales de la intimidación y pueden mejor enfrentarse a la intimidación cuando ocurre.

Usted puede ayudar a su niño a practicar las habilidades importantes que los llevarán a hacer amistades y a una disminución general a la intimidación. Empiece hablando acerca del respeto. Pídala que piense acerca de cómo ella quiere ser tratada por otros. Juntos, piense en las maneras en que ella puede tratar a otros con el respeto. Haga que practica utilizando la conducta respetuosa cuando juega con sus hermanos y amigos. Esté seguro de darle ejemplos de cómo usted utiliza las mismas habilidades con otros adultos.

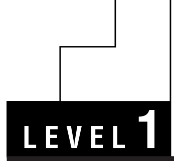
Entrando en una conversación es una gran manera de llegar a conocer a otros, así que es una buena idea ayudar a su niño a practicar las habilidades de como hacer buenas conversaciones. Juntos, piense en algunas preguntas sencillas que él podría utilizar para empezar y mantener una conversación amistosa. Preguntas que requieren más que una repuesta sí o no funcionan mejor. También, ayúdele a practicar ser un buen oyente por recordándole que mire a la persona con quien él habla.

Usted puede ayudar también a su niño a recordar las estrategias de *Steps to Respect* para unir respetuosamente a un grupo. Recuérdela a:

- Pararse cerca y mirar la actividad. (Esto muestra a los otros que ella está interesada, y la permite aprender las reglas del juego).
- Decir algo positivo o hacer preguntas al grupo.
- Pídales jugar o participar.
- Decir algo útil o buscar una manera para ayudar.
- Pídales otra vez a jugar o participar.

Busque oportunidades de ayudar a su niño utilizar las habilidades de *Steps to Respect*. Con su ayuda, él puede hacer amistades respetuosas de toda la vida y ayudar a prevenir la intimidación al mismo tiempo.





Reconocer y Responder a la Intimidación

Reconocer la intimidación es arduo. Los niños y los adultos a veces lo encuentran difícil de hacer. Por ejemplo, las peleas entre amigos o juego duro entre niños con el poder igual no son situaciones de intimidación. Estas situaciones llegan a ser la intimidación, sin embargo, cuando una persona tiene más poder y lo utiliza para hacer daño, asustar, amenazar o excluir a otra persona.

El programa de *Steps to Respect* define *la intimidación* de la siguiente manera:

> **La intimidación es injusta y desigual. Sucede cuando alguien sigue haciendo daño, asustando, amenazando o excluyendo alguien a propósito.**

Muchos niños no saben cómo responder a la intimidación efectivamente. Algunos responden actuando agresivo o golpeando también. Pero las investigaciones muestran que cuándo los niños hacen esto, la intimidación dura más o se empeora. Aún puede llevar el riesgo más grande del daño físico. Cuándo niños utilizan las estrategias de la resolución de problemas, tal como defendiendo a sí mismo asertivamente o incluyendo un adulto cuando necesario, la intimidación termina más pronto.

El programa de *Steps to Respect* enseña a niños a juzgar su propia seguridad primero, entonces negarse la intimidación asertivamente cuando posible. Las conductas asertivas ayudan a comunicar un mensaje en una manera grave, directa, y honesta. Actuando asertivamente incluye:

- Mantenga la calma.
- Párese alto con la cabeza tenida alto.
- Mire directamente a la persona que hace la intimidación.
- Hable en una voz fuerte, clara y respetuosa.

Usted puede ayudar a sus niños a practicar habilidades del programa *Steps to Respect*. Busque oportunidades de probar las ideas siguientes.

- Durante conversaciones regulares, haz que su niño practica mirando directamente a la persona con quien habla. Haz que él hable en una voz fuerte, clara y respetuosa.
- Alente a su niño a practicar siendo asertiva en las situaciones de la intimidación. Entrénela a reconocer cuando su conducta asertiva va demasiado lejos y llega a ser agresiva. (Las conductas agresivas incluyen gritar, amenazar o utilizar la fuerza física).

Las personas de todas edades encaran la intimidación. Cuándo niños aprenden a reconocer y responder efectivamente a la intimidación, ellos ganan habilidades positivas que durarán toda la vida.



Los Espectadores a la Intimidación

En un lado distante de un campo de juegos, un chico más viejo golpeó un chico más joven. Muchos estudiantes lo vieron. María se preguntó por qué nadie hizo algo. Algunos estudiantes simplemente se pararon y miraron. Los otros trataron de actuar como nada sucedía.

La intimidación frecuentemente ocurre en escenarios de grupo en que otros niños son testigos o espectadores. Los niños aprenden de uno al otro cómo actuar en estas situaciones.

Los espectadores tienen un poder tremendo en cualquier situación de la intimidación. Un testigo individual puede decidir ser parte de la solución o ser parte del problema. Sin embargo, naturalmente, el temor por la seguridad de sí mismo puede prevenir a un espectador a tomar medidas. Un espectador puede temer también:

- La venganza o llegar a ser el objetivo de la intimidación.
- Perder amigos.
- Ser llamado un acusón.
- Ir en contra de un estudiante más popular.

Investigación muestra que cuándo espectadores—frecuentemente la mayoría silenciosa—intervienen en las situaciones de la intimidación, ellos pueden ayudar a terminar la intimidación. La presión ejercida por los semejantes puede ser una cosa positiva, y los espectadores pueden ejercer esta presión en otros para apoyar sin peligro a los que son intimidados. En el programa de Steps to Respect, los estudiantes aprenden a evaluar cuando está salvo a intervenir en una situación de intimidación. Ellos aprenden también cuando incluir a adultos y buscar ayuda de ellos.

Usted puede ayudar a su niño a usar las conductas de espectador en una manera segura. Pruebe las ideas siguientes.

- Discuta las reglas de la escuela y de la familia con su niño. Esto la ayudará saber cómo decidir cuando un grupo hace algo malo o peligroso.
- Hable con su niño acerca de la importancia de atender a los "instintos viscerales." Podrá decidir mejor cuando algo anda mal.
- Piense juntos en varias maneras que su niño puede decir "no" al grupo. Practicar esto la ayudará encontrar el valor para decir que ella no le gusta lo que el grupo hace, y la ayudará negarse a tomar parte.
- Alente a su niño a hablar con usted o con los adultos en la escuela acerca de todas situaciones de intimidación. Necesita sentirse seguro que yendo a un adulto es la cosa correcta de hacer, si él se siente en peligro o simplemente no sabe cómo manejar una situación.

Trabajando juntos, los estudiantes, los padres y el personal de la escuela pueden crear una escuela segura, respetuosa y solícita para todos los niños. Contacte, por favor, la escuela de su niño si usted tiene preguntas adicionales, comentarios, o preocupaciones acerca de la intimidación o para averiguar cómo usted puede ayudar.

